



1  
Морковь нарежьте вдоль, а затем ломтиком толщиной 4 мм, репчатый лук – тонкими полукольцами. Мясо нарежьте кубиком 2х2 см. Зубчики чеснока раздавите.



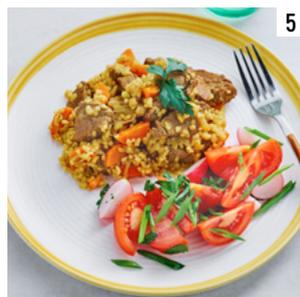
2  
В кастрюле разогрейте 4 ст. ложки растительного масла и обжарьте, помешивая, лук и морковь на сильном огне 2 минуты. Добавьте в кастрюлю мясо и жарьте, помешивая, ещё 2 минуты на сильном огне, посолите и поперчите. Влейте холодную воду так, чтобы она слегка прикрывала мясо и овощи. Доведите до кипения и тушите на слабом огне 5 минут, изредка помешивая.



3  
В кастрюлю с мясом и овощами добавьте зубчики чеснока, куркуму и зиру, всыпьте булгур, перемешайте. Добавьте снова воды так, чтобы она прикрывала содержимое на 1,5 см. Доведите до кипения. Накройте крышкой и варите на слабом огне 20 минут.



4  
Для салата: помидор нарежьте дольками, зелень мелко порубите вместе со стеблями, зеленый лук нарежьте перьями среднего размера, редис нарежьте дольками. Все смешайте в миске. Заправьте овощи 2 ст. ложками растительного масла, посолите, поперчите и перемешайте.



5  
Подавайте горячий плов с овощным салатом.

## Полезно знать

Плов лучше всего готовить в казане, чугунной сковороде или кастрюле с толстым дном и высокими бортами. Это позволит равномерно распределить тепло.